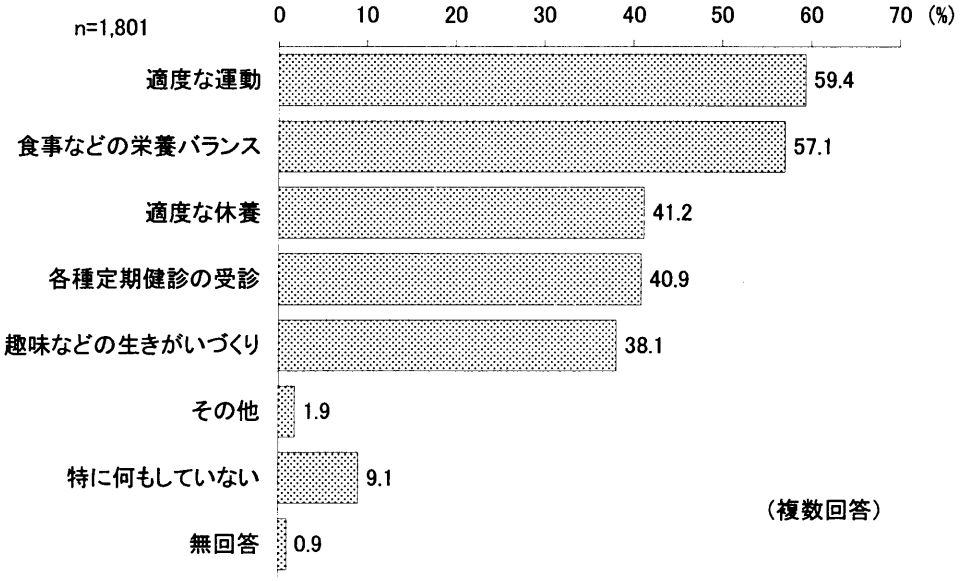
５－12　健康のために心がけていること

◇「適度な運動」「食事などの栄養バランス」がともに６割近く

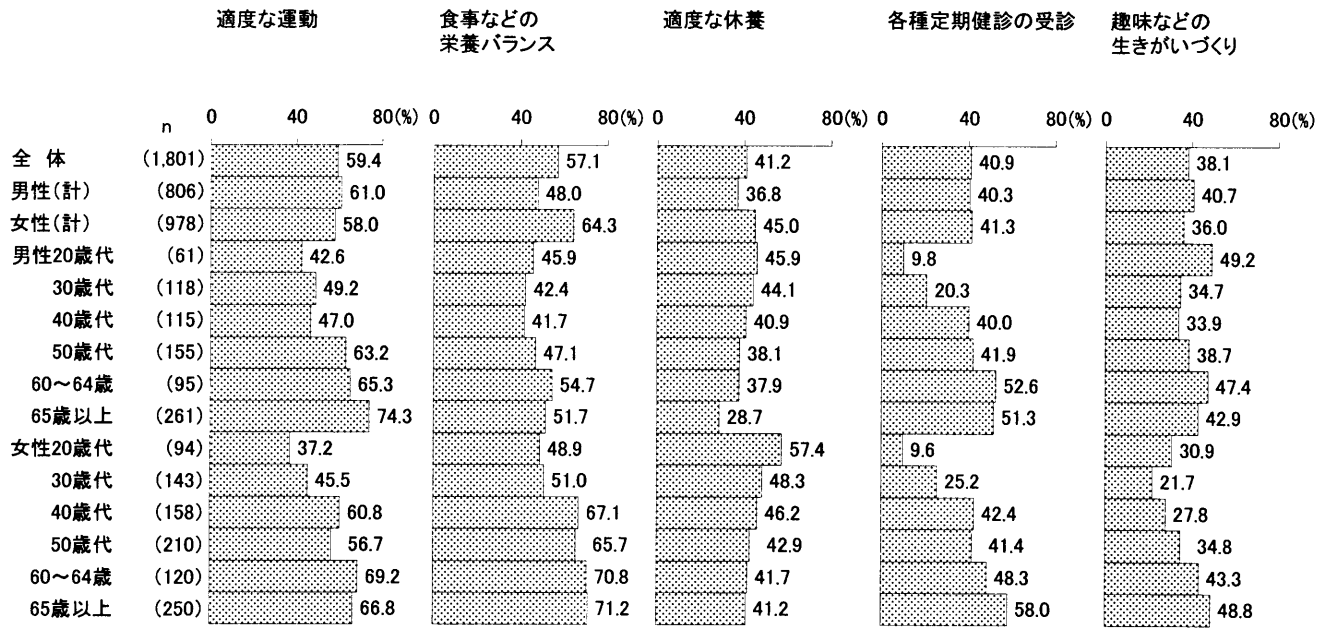
問28　あなたが健康の維持・増進のために、自ら心がけて行動していることはどれですか。
（○はいくつでも）

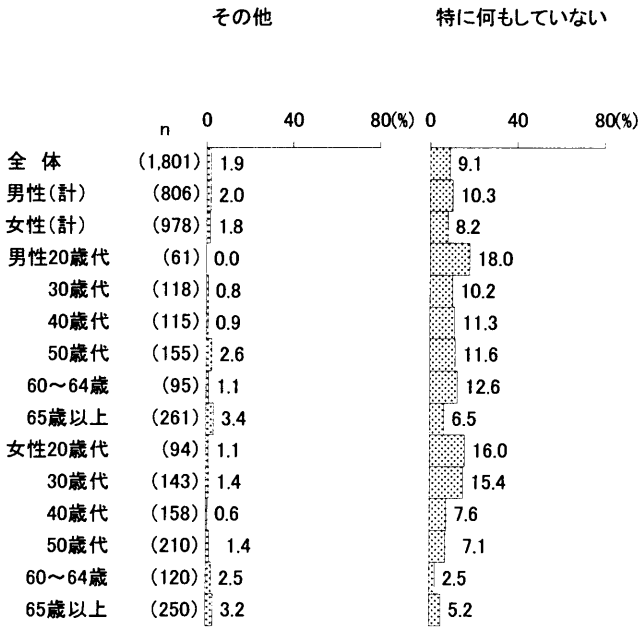
図５－12－１



健康の維持･増進のために、自ら心がけて行動していることについて聞いたところ、「適度な運動」（59.4%）と「食事などの栄養バランス」（57.1%）がともに６割近く、ついで「適度な休養」（41.2%）と続いている。（図５－12－１）

図５－12－２　健康のために心がけていること－性別・年齢別





性別にみると、「食事などの栄養バランス」は女性のほうが16.3ポイント高くなっている。

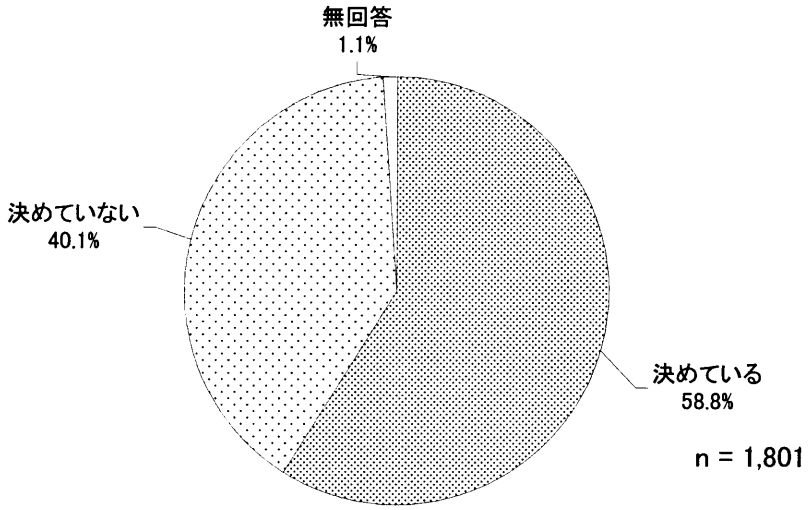
性・年齢別にみると、「適度な運動」は男女とも概ね年齢が高くなるほど割合が増加している。「食事などの栄養バランス」は女性の40歳以上で７割前後と高くなっている。「適度な休養」は男女ともに年齢が低くなるほど割合が高い傾向にあり、特に女性の20歳代では６割弱（57.4%）を占める。「各種定期健診の受診」は男女とも概ね年齢が高くなるほど割合が増加する傾向がみられる。「趣味などの生きがいづくり」は男性20歳代の５割弱（49.2%）を筆頭に、男女ともに60歳以上で４割台と高くなっている。（図５－12－２）

５－13　かかりつけの医療機関の有無

◇「決めている」人は６割弱

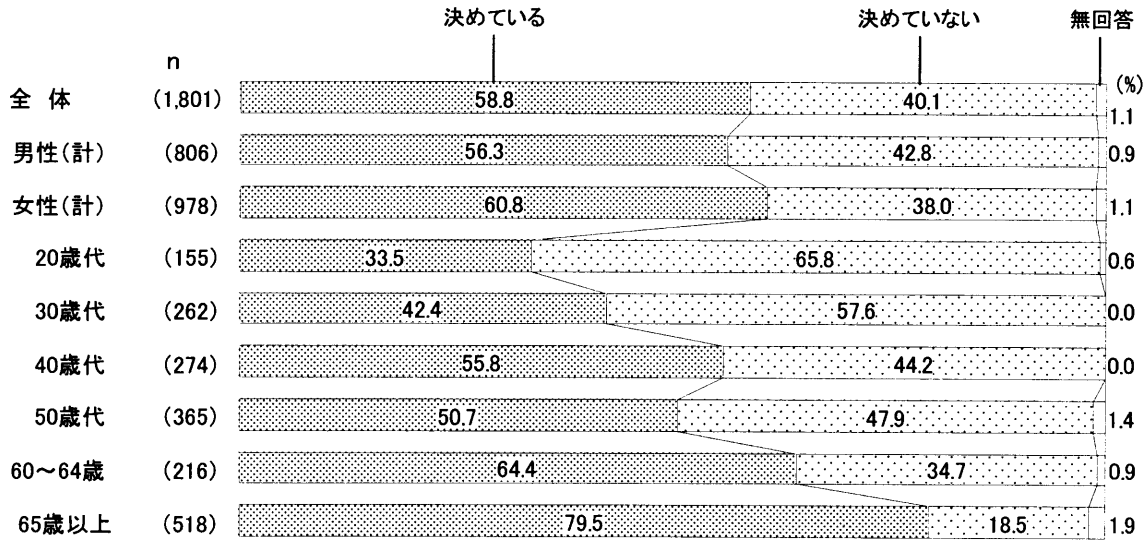
問29　あなたは、かかりつけの医療機関を決めていますか。（○は１つだけ）

図５－13－１



かかりつけの医療機関を決めているか聞いたところ、「決めている」が６割弱（58.8%）、一方、「決めていない」が約４割（40.1%）となっている。（図５－13－１）

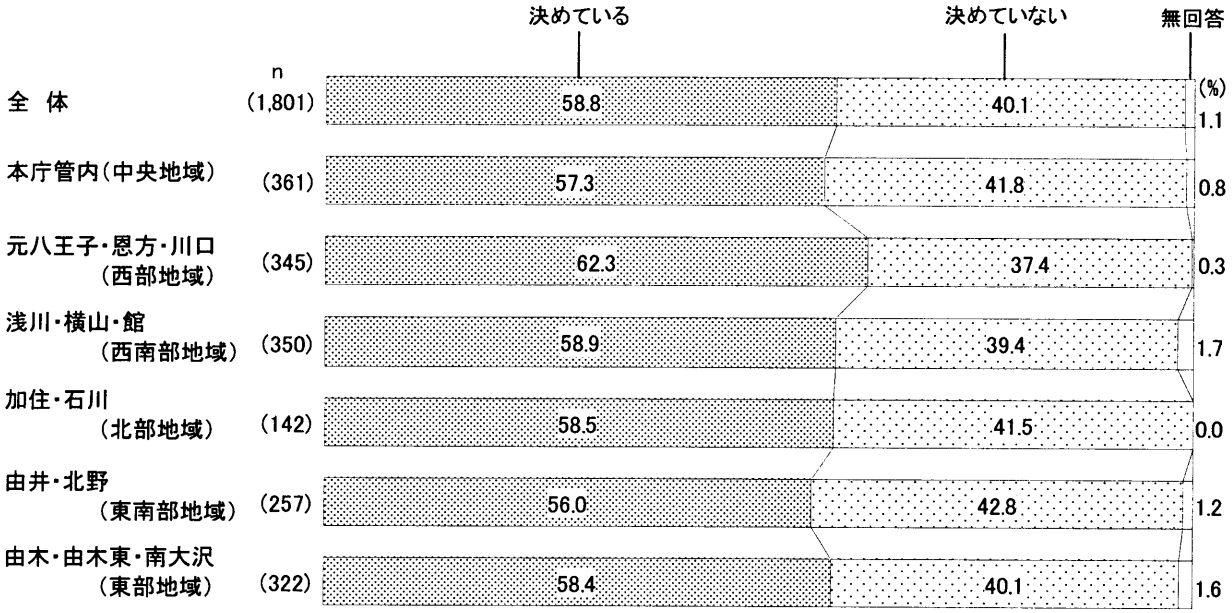
図５－13－２　かかりつけの医療機関の有無－性別・年齢別



性別にみると、女性のほうが「決めている」が4.5ポイント高くなっている。

年齢別にみると、50歳代を除き、年齢が高くなるほど「決めている」の割合が増加する傾向がみられ、65歳以上では約８割（79.5%）を占めている。（図５－13－２）

図５－13－３　かかりつけの医療機関の有無－居住地域別



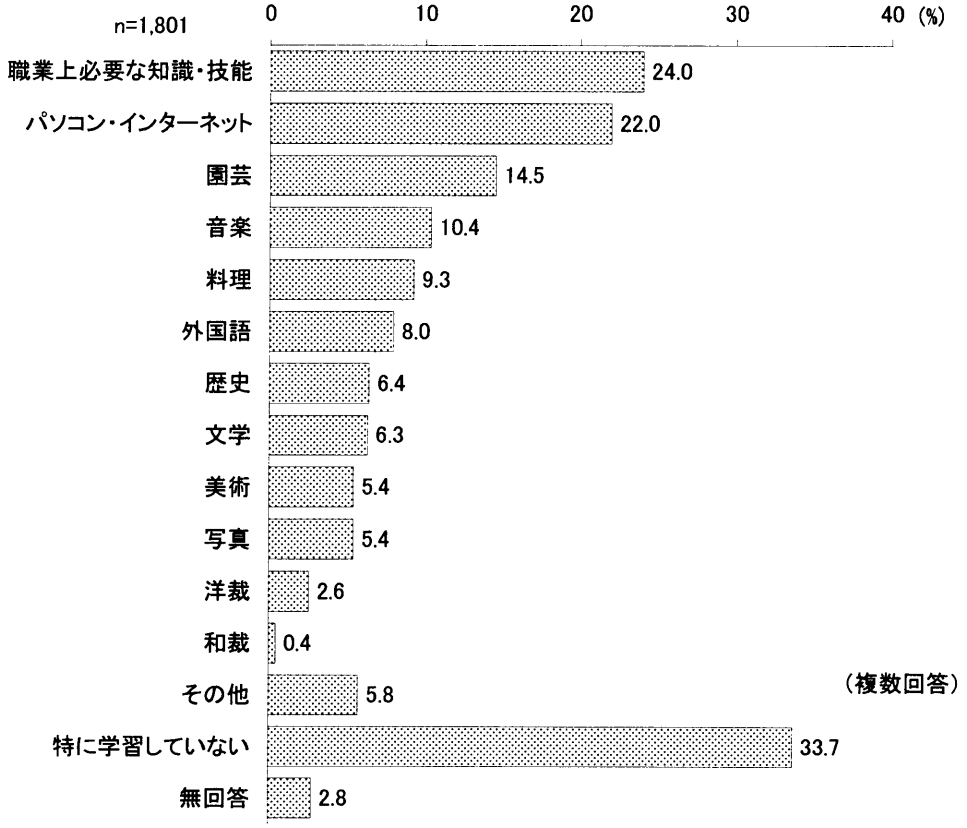
居住地域別にみると、「決めている」は元八王子・恩方・川口（西部地域）で６割強（62.3%）と最も高く、由井・北野（東南部地域）で５割台半ば（56.0%）と低くなっている。(図５－13－３)

５－14　この１年間に取り組んだ学習活動

◇「職業上必要な知識・技能」と「パソコン・インターネット」の２項目が２割強

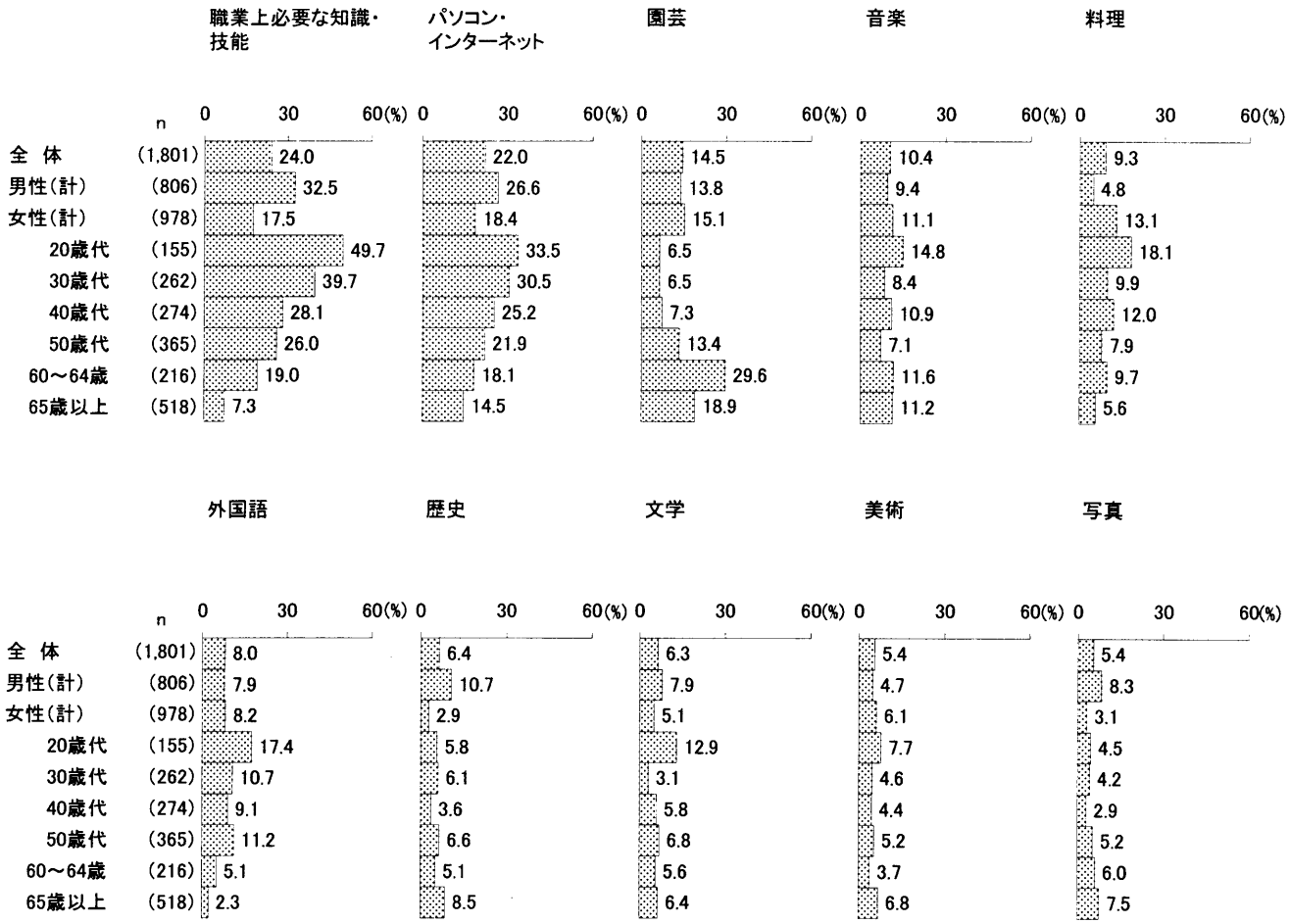
問30　あなたがこの１年間に取り組んだ学習活動はどれですか。（○はいくつでも）

図５－14－１



この１年間に取り組んだ学習活動について聞いたところ、「職業上必要な知識・技能」が２割台半ば（24.0%）と最も高く、ついで「パソコン・インターネット」（22.0%）、「園芸」（14.5%）、「音楽」（10.4%）、「料理」（9.3%）と続いている。（図５－14－１）

図５－14－２　この１年間に取り組んだ学習活動－性別・年齢別（上位10項目）



性別にみると、男性のほうが「職業上必要な知識・技能」で15.0ポイント、「パソコン・インターネット」で8.2ポイント高く、女性のほうが「料理」で8.3ポイント高くなっている。

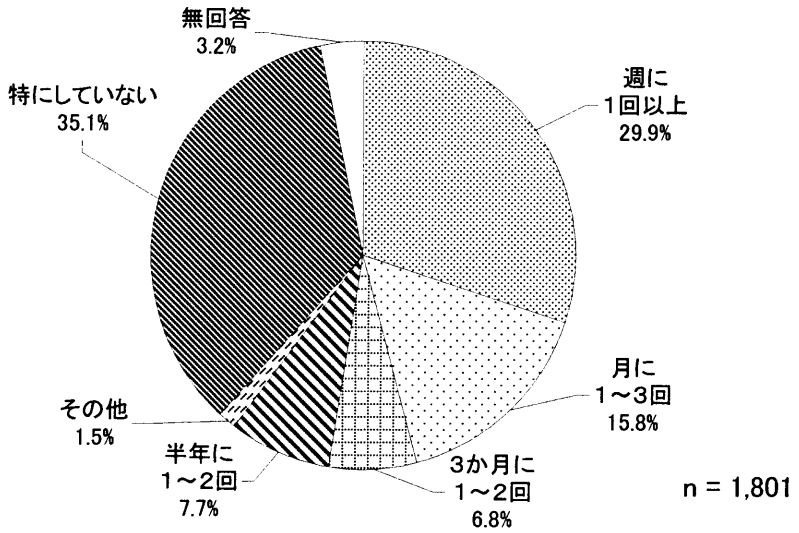
年齢別にみると、「職業上必要な知識・技能」、「パソコン・インターネット」、「外国語」は年齢が低くなるほど割合が増加する傾向にあり、20歳代で「職業上必要な知識・技能」は約５割（49.7%）、「パソコン・インターネット」は３割強（33.5%）を占める。「園芸」は年齢が高くなるほど割合が増加する傾向がみられる。（図５－14－２）

５－11　この１年間に行ったスポーツの頻度

◇「週に１回以上」が約３割、「特にしていない」が３割台半ば

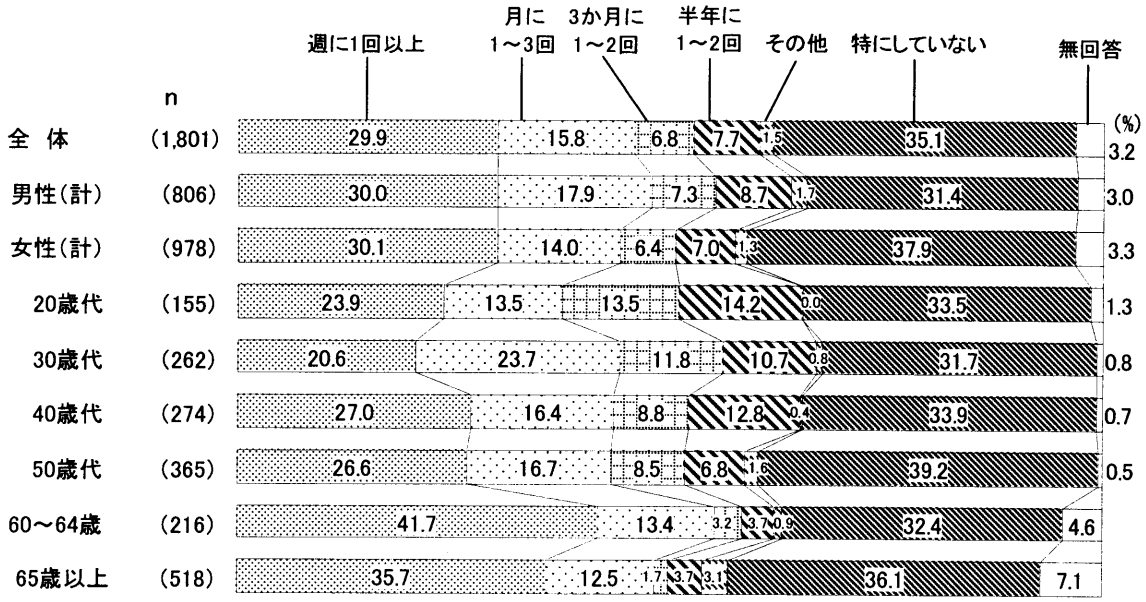
問31　あなたがこの１年間にスポーツを行った回数はどのくらいですか。（○は１つだけ）

図５－15－１



この１年間にスポーツを行った回数について聞いたところ、「週に１回以上」が約３割（29.9%）、「月に１～３回」が１割台半ば（15.8%）となり、「３か月に１～２回」（6.8%）及び「半年に１～２回」（7.7%）がともに１割未満となっている。一方、「特にしていない」は３割台半ば（35.1%）となっている。（図５－15－１）

図５－15－２　この１年間に行ったスポーツの頻度－性別・年齢別



性別にみると、女性のほうが「特にしていない」が6.5ポイント高くなっている。

年齢別にみると、「週に１回以上」は60～64歳で４割強（41.7%）と最も高くなっている。

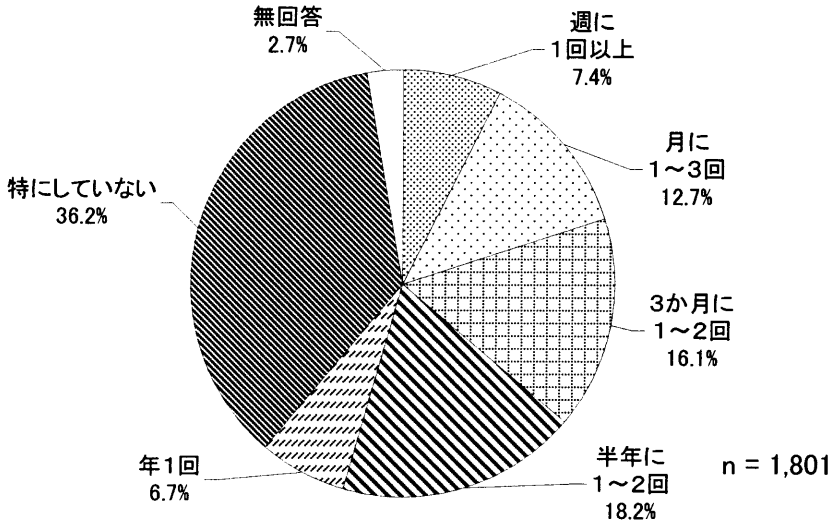
（図５－15－２）

５－16　この１年間の芸術・文化活動の頻度

◇「半年に１～２回」が２割弱、「特にしていない」が３割台半ば

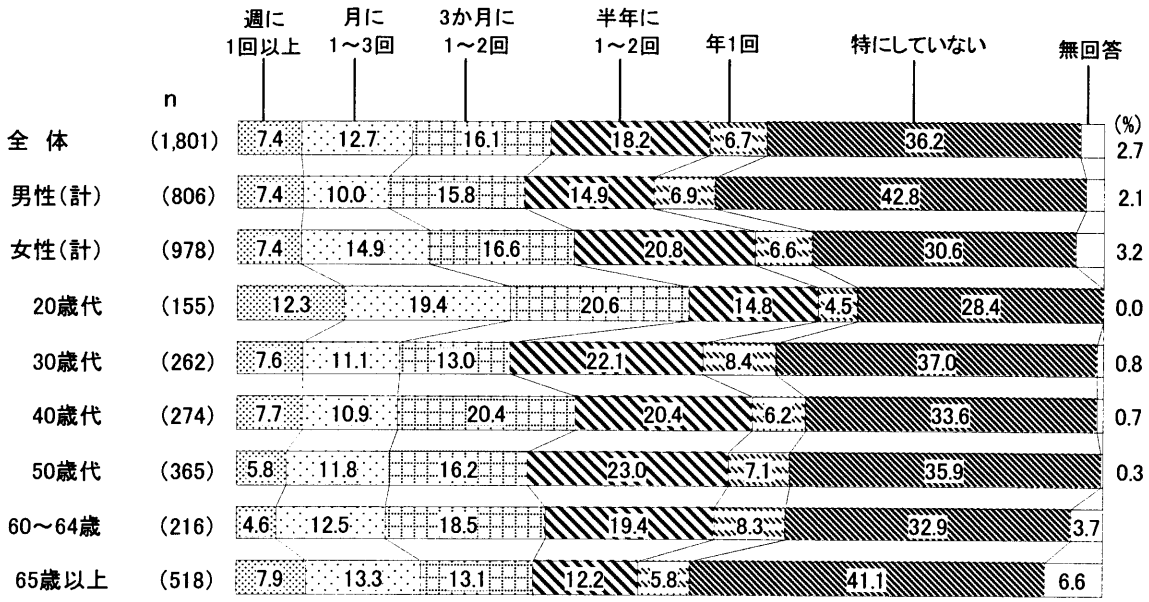
問32　あなたは、この１年間にどのくらいの頻度で芸術・文化活動に参加しましたか。（鑑（観）賞も含みます）（○は１つだけ）

図５－16－１



この１年間の芸術･文化活動の参加頻度について聞いたところ、「週に１回以上」が１割未満（7.4%）、「月に１～３回」が１割強（12.7%）、「３か月に１～２回」が１割台半ば（16.1%）、「半年に１～２回」が２割弱（18.2%）となっている。一方で「特にしていない」は３割台半ば（36.2%）となっている。（図５－16－１）

図５－16－２　この１年間の芸術・文化活動の頻度－性別・年齢別



性別にみると、男性のほうが「特にしていない」が12.2ポイント高くなっている。

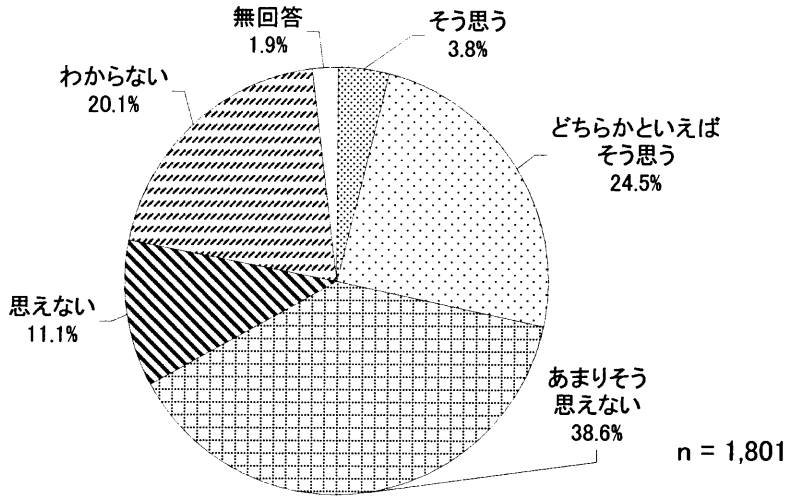
年齢別にみると、「週に１回以上」と「月に１～３回」の合計は20歳代（31.7%）の割合が最も高く、60～64歳（17.1%）の割合が最も低くなっている。（図５－16－２）

５－17　市は景観に配慮されたまちであるか

◇『思えない』が５割弱

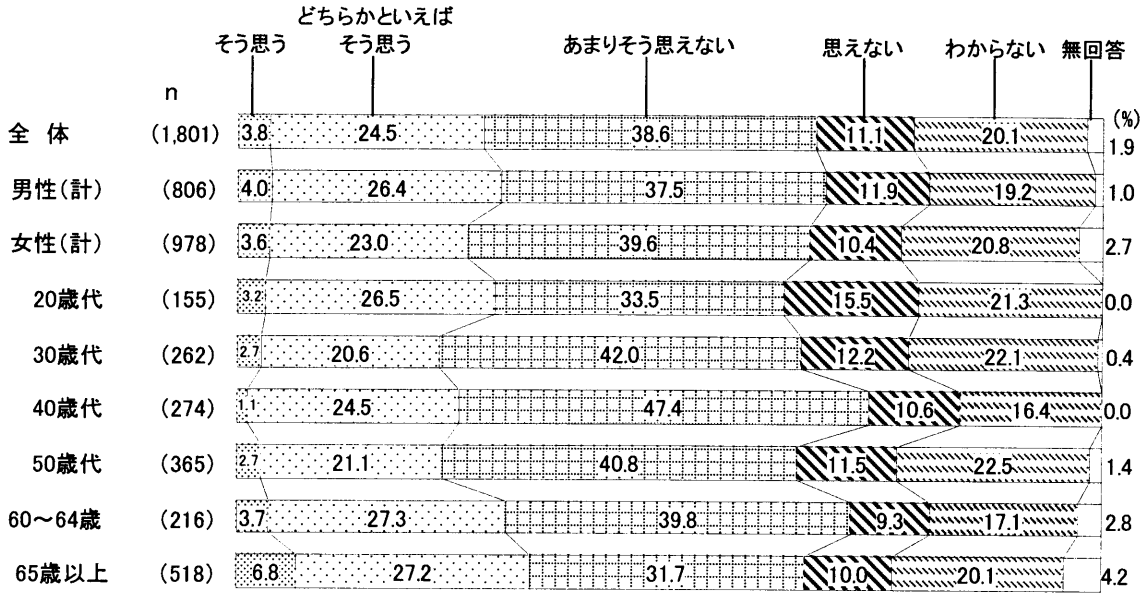
問33　あなたは、本市が景観に配慮されたまちであると思いますか。（○は１つだけ）

図５－17－１



市が景観に配慮されたまちであるかについて聞いたところ、「あまりそう思えない」が４割弱（38.6%）と最も高く、「思えない」（11.1%）と合わせた『思えない』は５割弱（49.7%）となっている。一方、「そう思う」（3.8%）と「どちらかといえばそう思う」（24.5%）を合わせた『そう思う』は３割弱（28.3%）となっている。（図５－17－１）

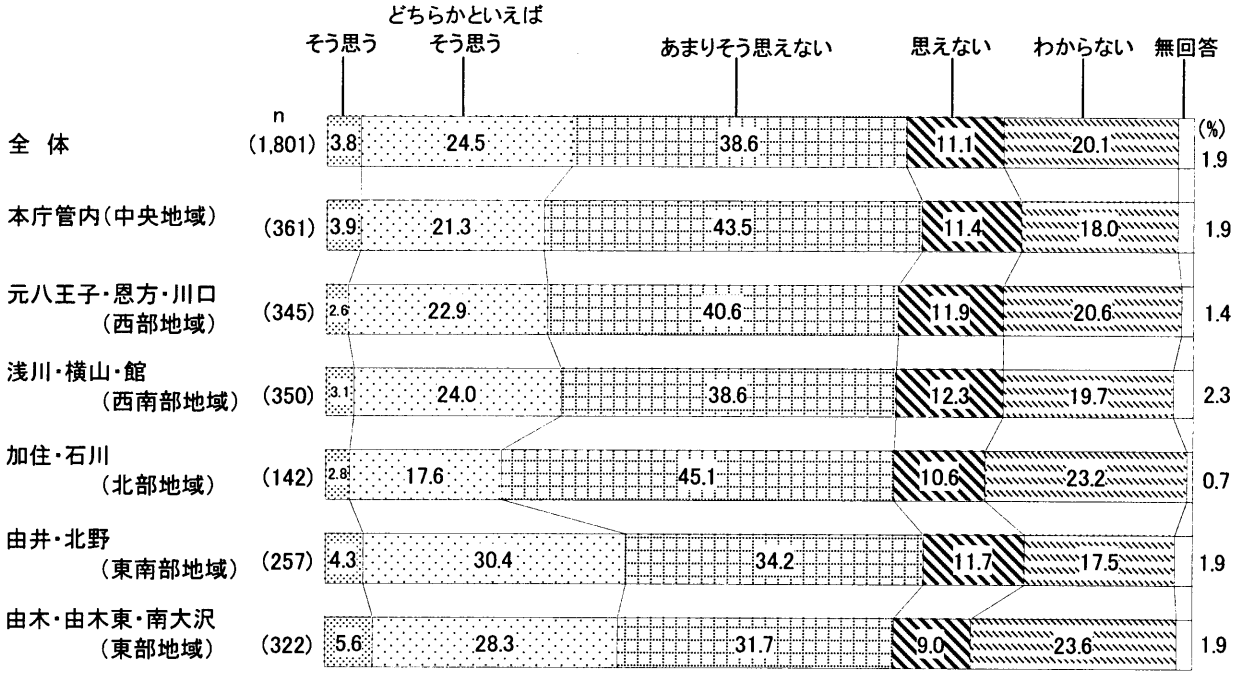
図５－17－２　市は景観に配慮されたまちであるか－性別・年齢別



性別にみると、『そう思う』は男性が女性より3.8ポイント高く、『思えない』は男女に大きな差は特にみられない。

年齢別にみると、30歳代～50歳代で『思えない』が５割台と高く、60歳以上で『そう思う』が３割を超え、比較的高くなっている。（図５－17－２）

図５－17－３　市は景観に配慮されたまちであるかー居住地域別



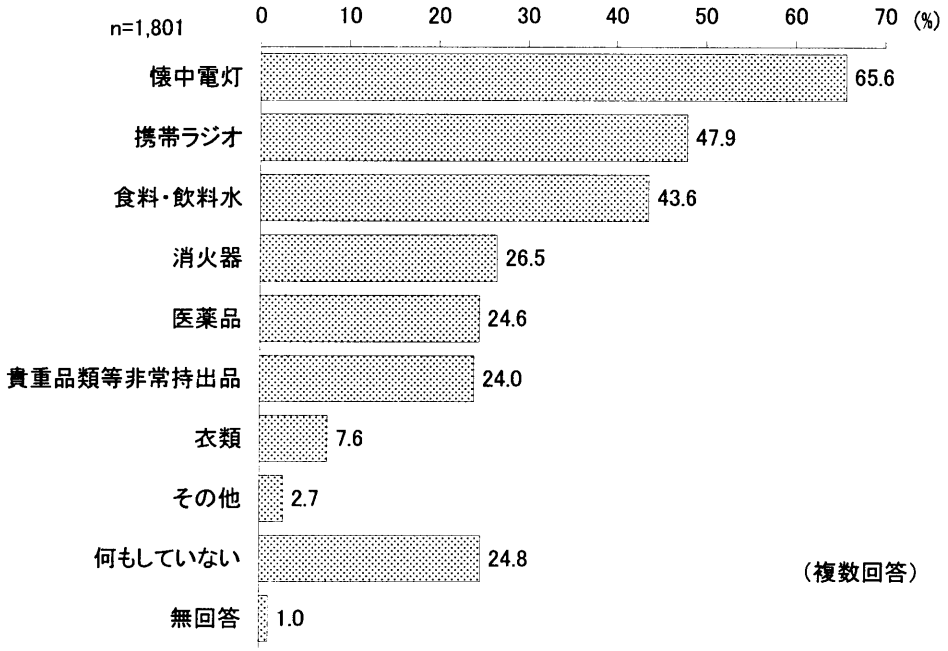
居住地域別にみると、『思えない』は本庁管内（中央地域）と加住・石川（北部地域）で５割台半ばと高く、『そう思う』は由井・北野（東南部地域）と由木・由木東・南大沢（東部地域）で３割台と高くなっている。（図５－17－３）

５－18　災害に対する準備

◇「懐中電灯」が６割台半ばと突出

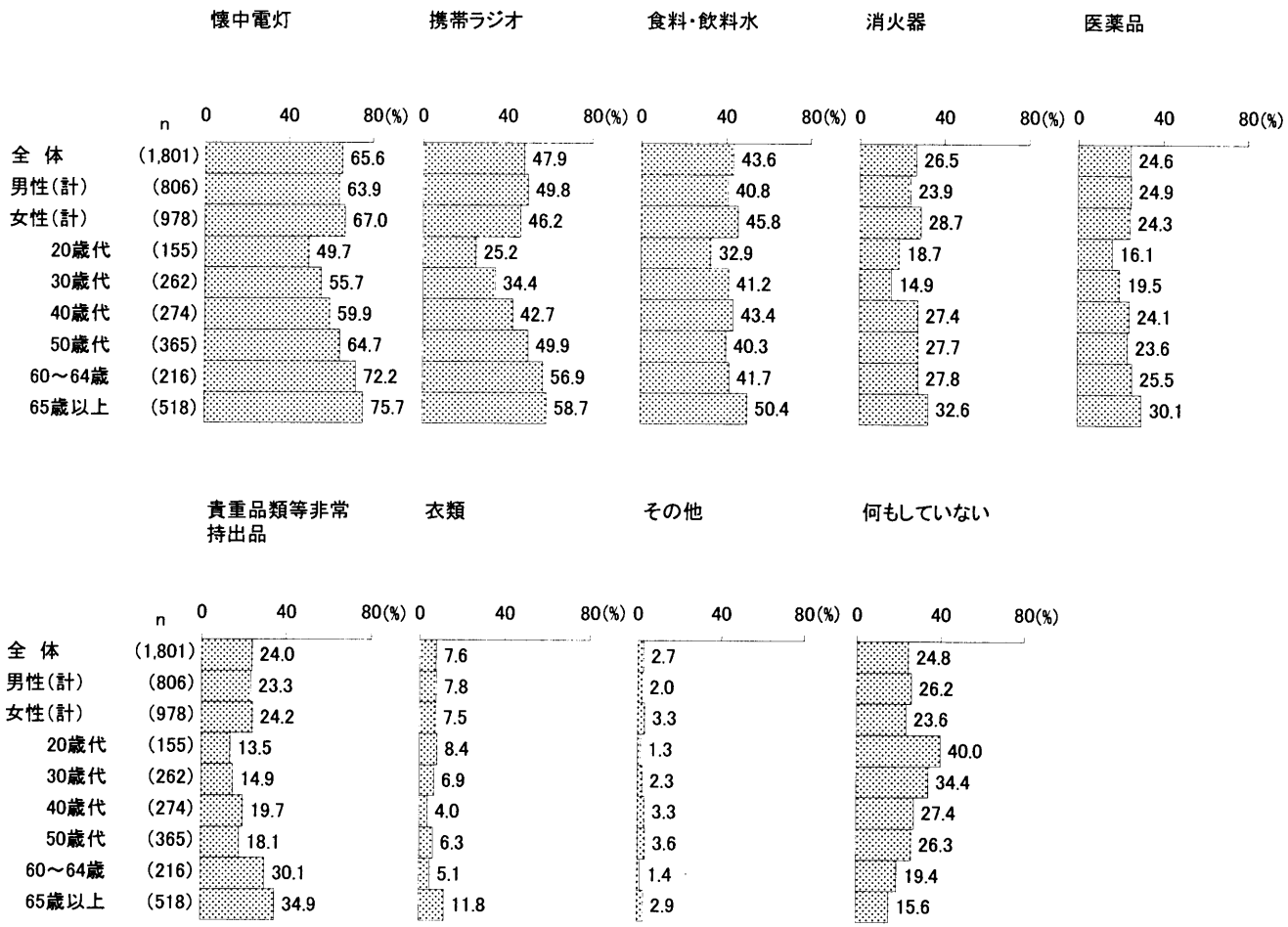
問34　あなたの家庭では、大地震等の災害に備えどのようなものを準備していますか。
（○はいくつでも）

図５－18－１



大地震等の災害に備えた準備についてきいたところ、「懐中電灯」が６割台半ば（65.6%）と最も高く、ついで「携帯ラジオ」（47.9%）、「食料・飲料水」（43.6%）、「消火器」（26.5%）の順で続いている。（図５－18－１）

図５－18－２　災害に対する準備－性別・年齢別



性別にみると、「食料・飲料水」は女性のほうが5.0ポイント高くなっている。

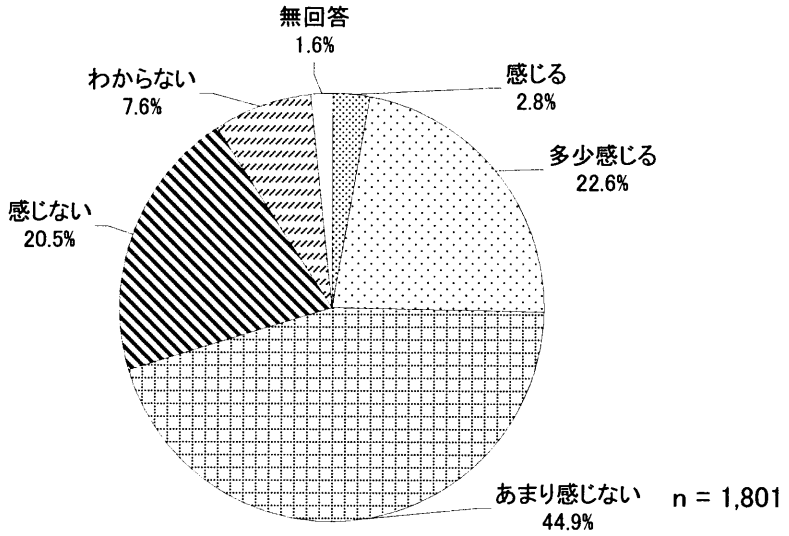
年齢別にみると、「懐中電灯」、「携帯ラジオ」、「医薬品」、「貴重品類等非常持出品」は、年齢が高くなるほど割合が増加する傾向にある。これに対して、「何もしていない」は年齢が低くなるほど割合が増加する傾向にあり、20歳代は４割（40.0%）と高くなっている。（図５－18－２）

５－19　市のにぎわいと活力の有無

◇『感じない』が６割台半ば

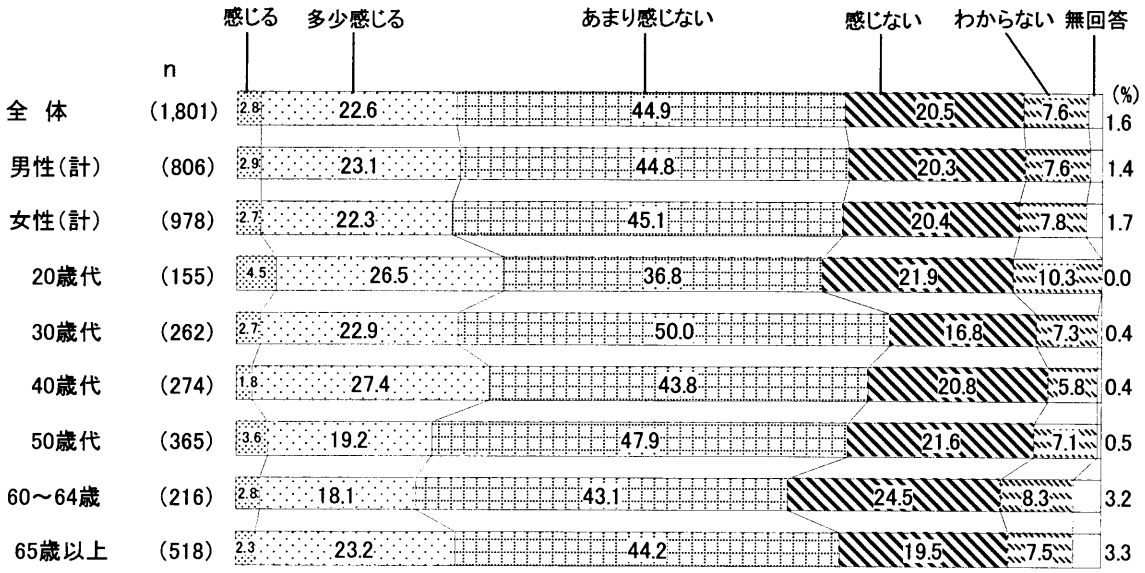
問35　あなたは、本市がにぎわいと活力があるまちであると感じますか。（○は１つだけ）

図５－19－１



八王子市がにぎわいと活力があるまちであると感じるか聞いたところ、「あまり感じない」が４割台半ば（44.9%）と最も高く、「感じない」（20.5%）を合わせた『感じない』は６割台半ば（65.4%）である。「感じる」（2.8%）と「多少感じる」（22.6%）を合わせた『感じる』は２割台半ば（25.4%）となっている。（図５－19－１）

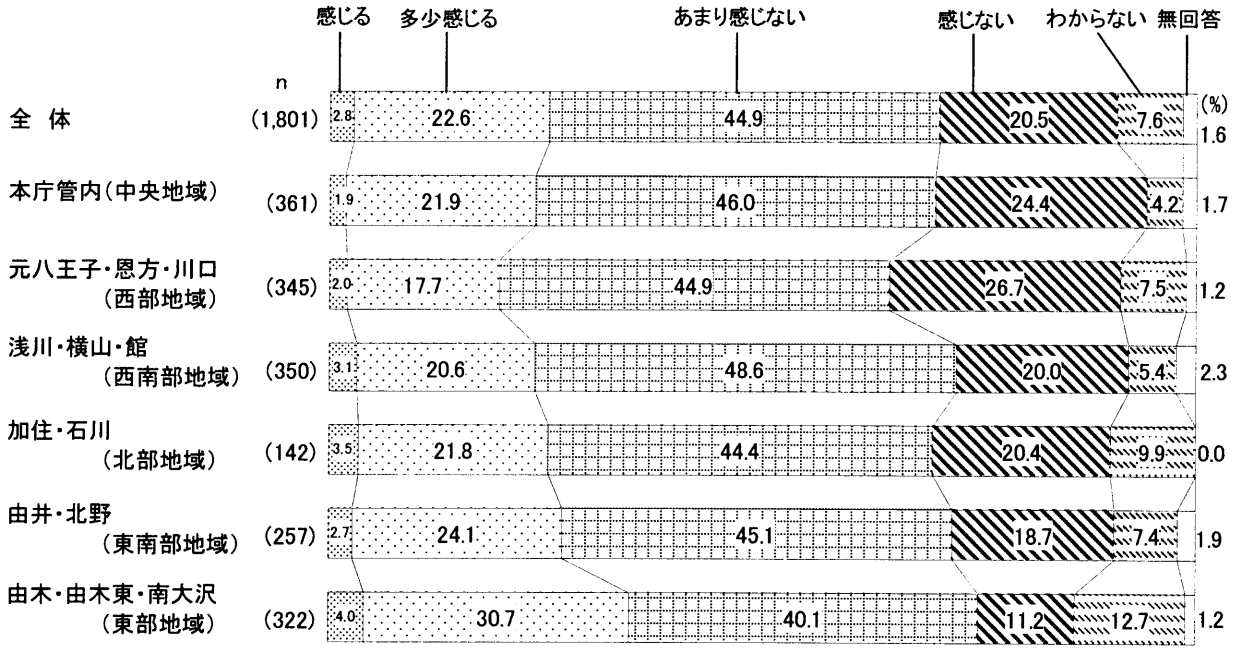
図５－19－２　市のにぎわいと活力の有無－性別・年齢別



性別には大きな差はみられない。

年齢別にみると、『感じる』は20歳代・40歳代で３割前後と高くなっている。（図５－19－２）

図５－19－３　市のにぎわいと活力の有無－居住地域別



居住地域別にみると、『感じる』は由木・由木東・南大沢（東部地域）で３割台半ば（34.7%）と最も高く、元八王子・恩方・川口（西部地域）で２割弱（19.7%）と最も低くなっている。

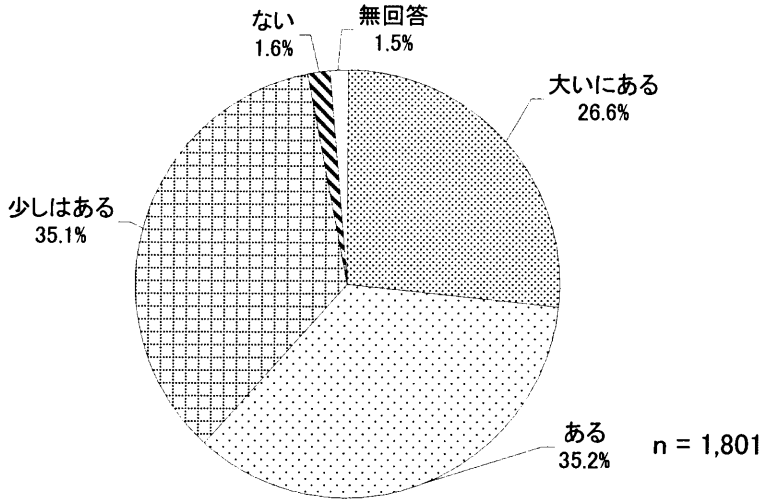
（図５－19－３）

５－20　環境問題への関心度

◇環境問題に関心が『ある』人は９割を超える

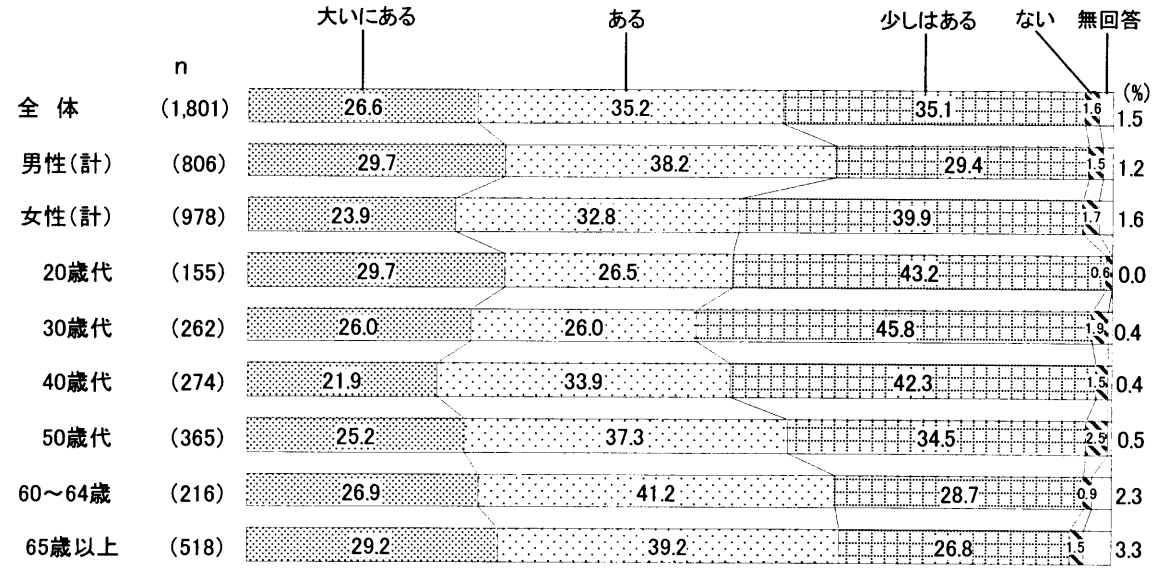
問36　あなたは、環境問題に関心はありますか。（○は１つだけ）

図５－20－１



環境問題に関心があるかどうかについて聞いたところ、「大いにある」が２割台半ば（26.6%）、「ある」（35.2%）と「少しはある」（35.1%）が３割台となっていて、３項目を合わせた『ある』は９割台半ば（96.9%）と高くなっている。一方で「ない」はわずか1.6%となっている。（図５－20－１）

図５－20－２　環境問題への関心度－性別・年齢別

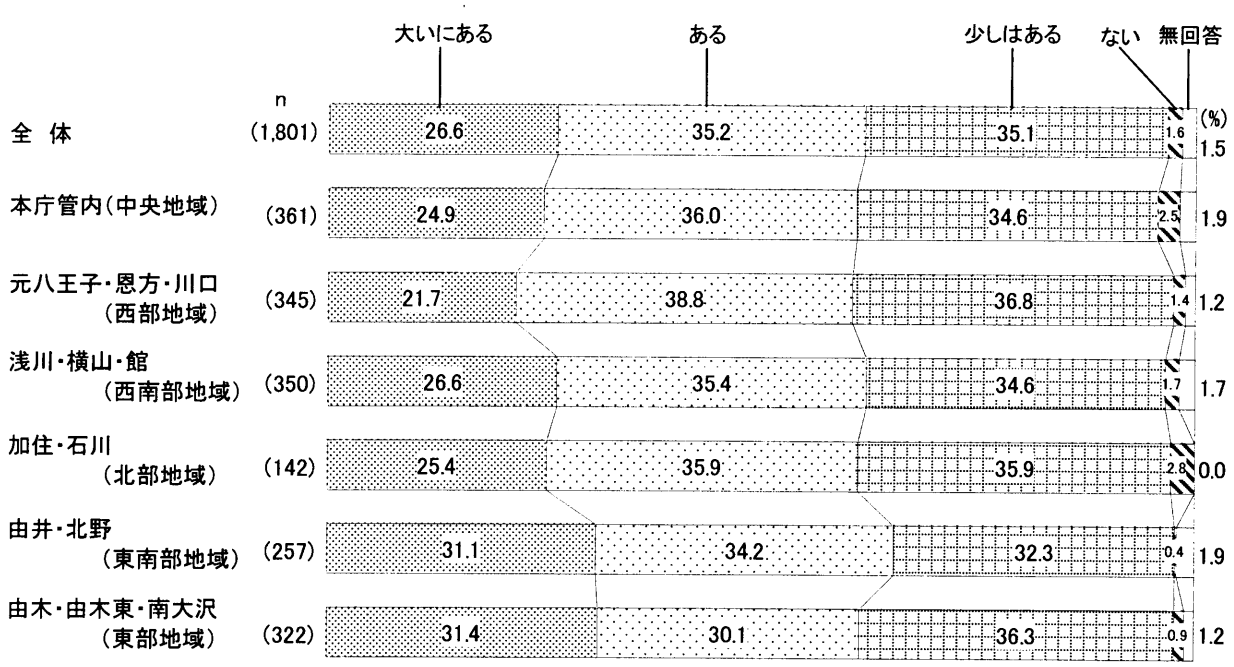


性別にみると、男性のほうが「大いにある」と「ある」の計が11.2ポイント高くなっている。

年齢別にみると、「大いにある」と「ある」の計は50歳代以上で６割以上と高くなっている。

（図５－20－２）

図５－20－３　環境問題への関心度－居住地域別



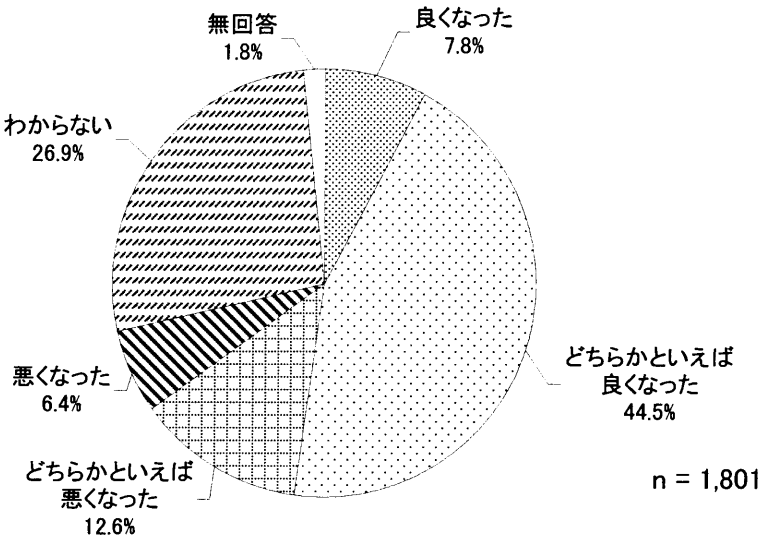
居住地域別にみると、「大いにある」は由井・北野（東南部地域）と由木・由木東・南大沢（東部地域）で３割強と高くなっている。（図５－20－３）

５－21　市の現在の環境

◇『良くなった』が５割強

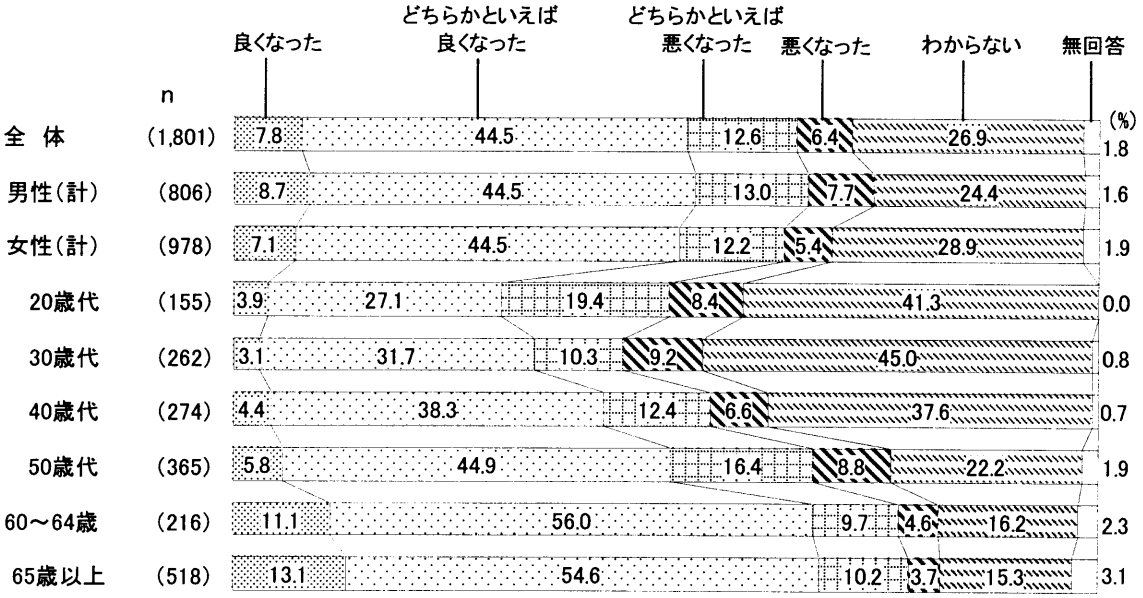
問37　あなたは、本市の環境（水、緑、ごみ、大気など）が以前と比べどうなったと感じていますか。（○は１つだけ）

図５－21－１



市の環境が以前と比べてどうなったと感じるか聞いたところ、「良くなった」（7.8%）と「どちらかといえば良くなった」（44.5%）を合わせた『良くなった』は５割強（52.3%）となっている。一方、「どちらかといえば悪くなった」（12.6%）と「悪くなった」（6.4%）を合わせた『悪くなった』は２割弱（19.0%）となっている。（図５－21－１）

図５－21－２　市の現在の環境－性別・年齢別

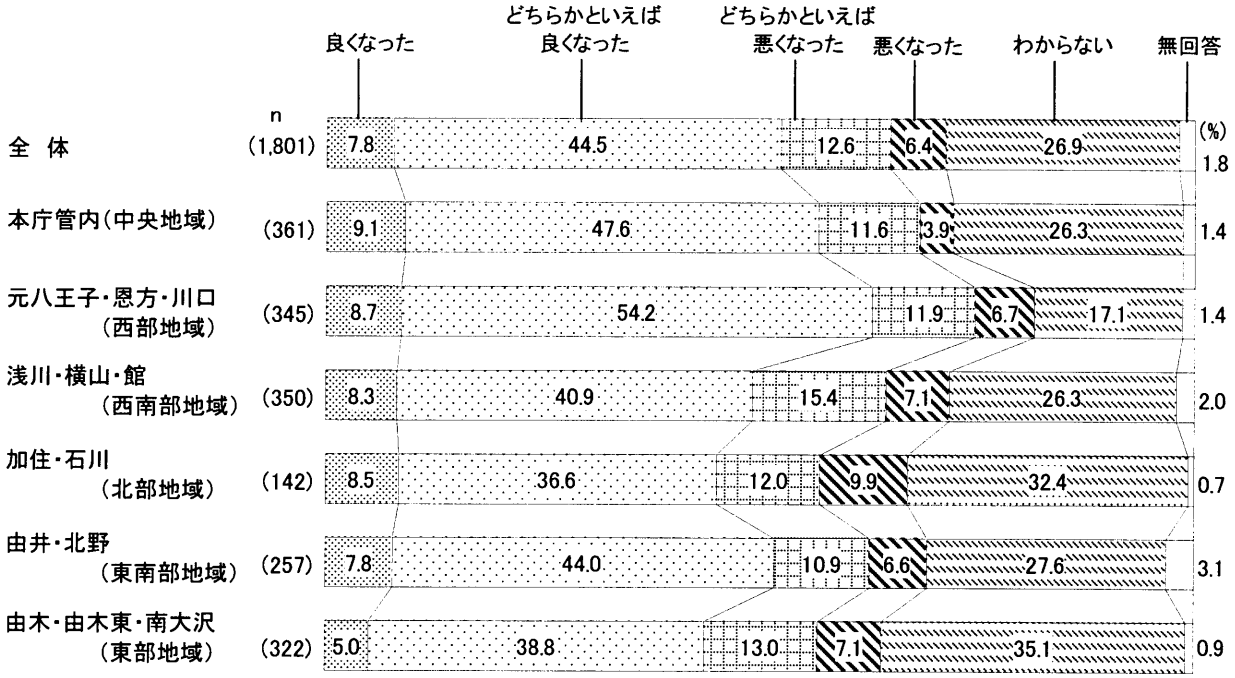


性別には大きな差はみられない。

年齢別にみると、年齢が高くなるほど『良くなった』の割合が増加する傾向がみられる。

（図５－21－２）

図５－21－３　市の現在の環境－居住地域別



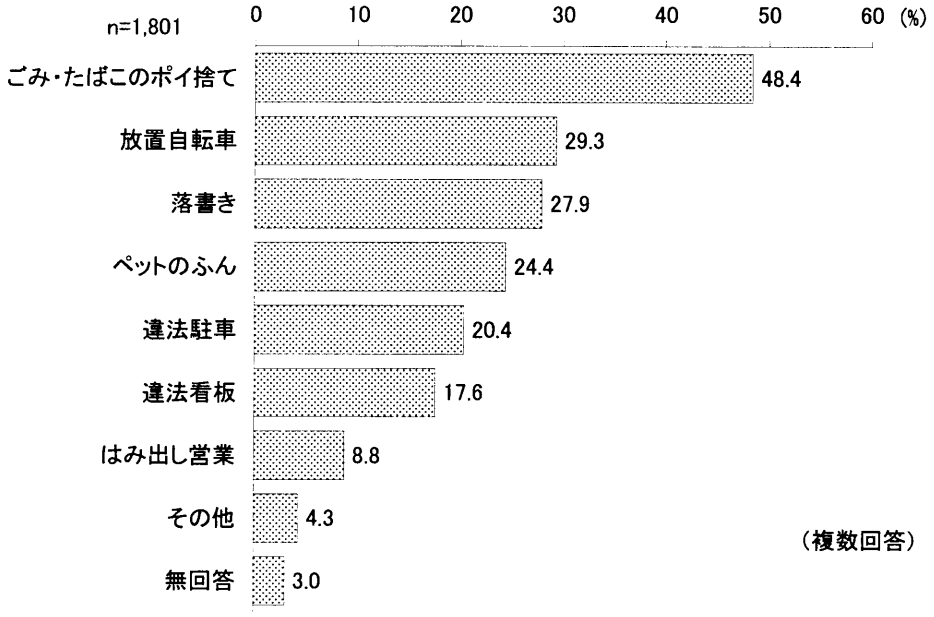
居住地域別にみると、『良くなった』は元八王子・恩方・川口（西部地域）で６割強（62.9%）と最も高く、由木・由木東・南大沢（東部地域）で４割強（43.8%）と低くなっている。（図５－21－３）

５－22　都市の美観が損なわれる原因

◇「ごみ・たばこのポイ捨て」が５割近くで突出

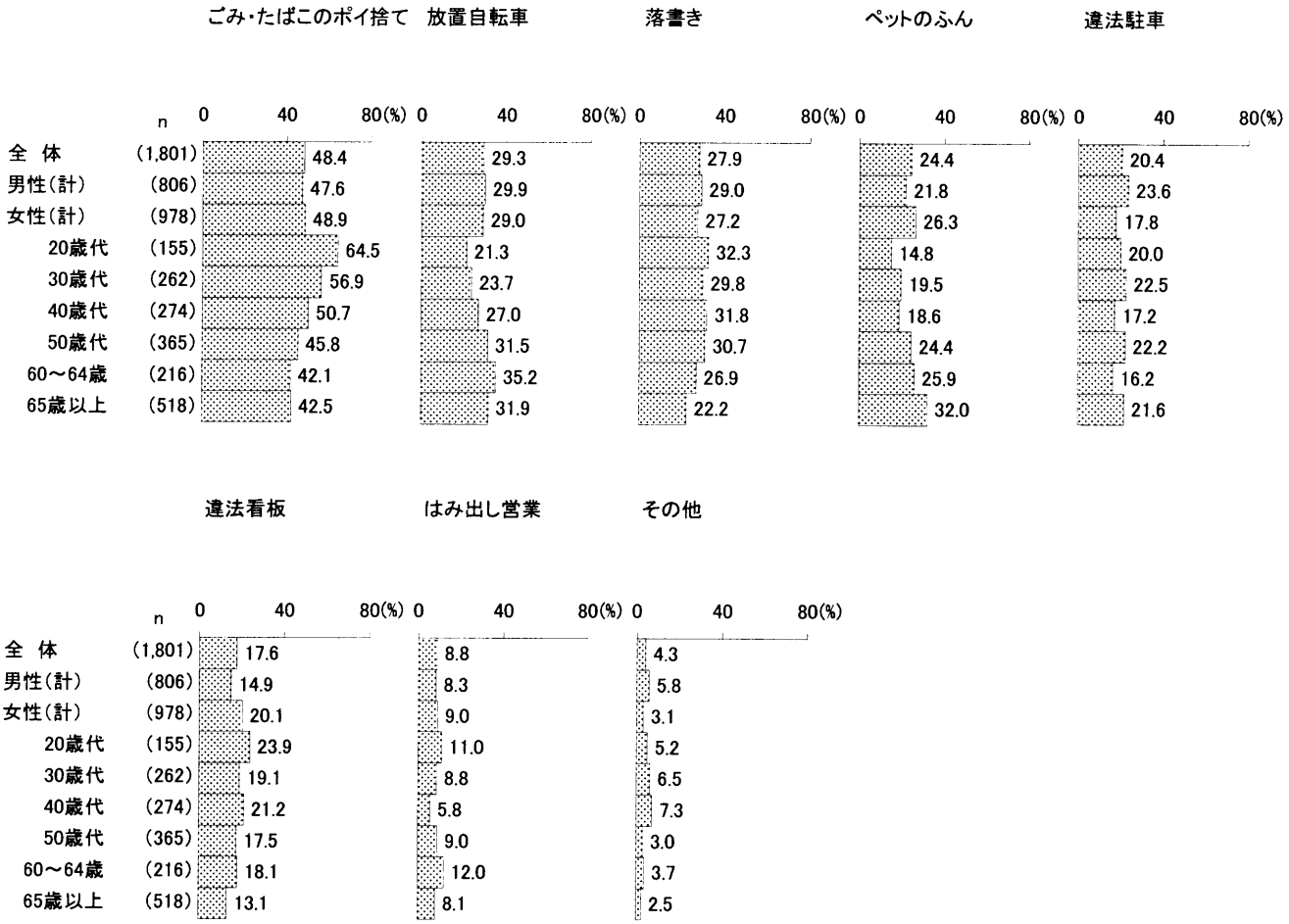
問38　都市の美観が損なわれる主な原因は、次のどれだと思いますか。（○は２つまで）

図５－22－１



都市の美観が損なわれる主な原因について聞いたところ、「ごみ・たばこのポイ捨て」が５割弱（48.4%）と最も高く、ついで「放置自転車」（29.3%）、「落書き」（27.9%）、「ペットのふん」（24.4%）の順で続いている。（図５－22－１）

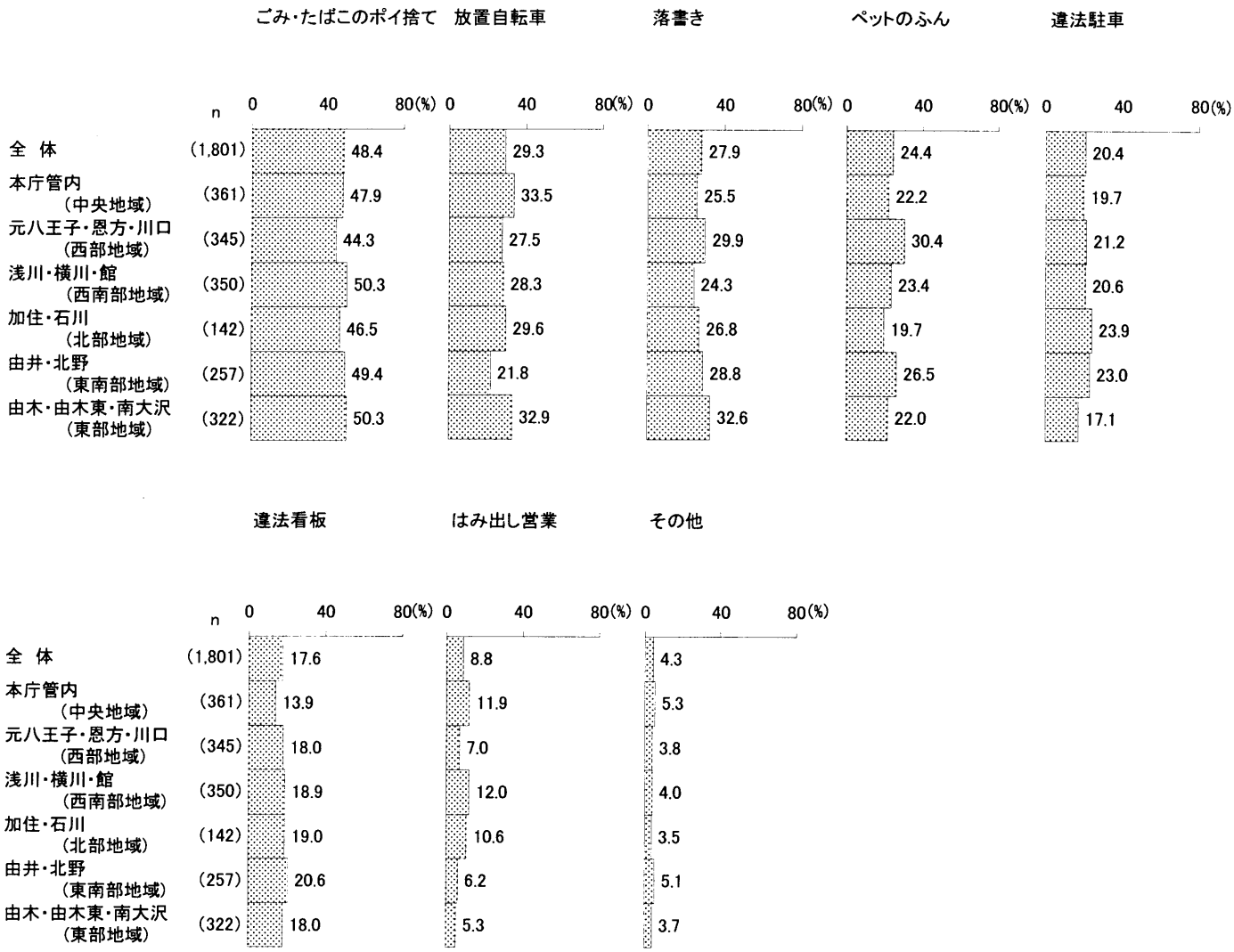
図５－22－２　都市の美観が損なわれる原因－性別・年齢別



性別にみると、「違法駐車」は男性のほうが5.8ポイント高く、「違法看板」は女性のほうが5.2ポイント高くなっている。

年齢別にみると、「ごみ・たばこのポイ捨て」は年齢が低くなるほど割合が増加する傾向にある。「ペットのふん」は年齢が高くなるほど割合が増加する傾向にあり、65歳以上では３割強（32.0%）を占めている。（図５－22－２）

図５－22－３　都市の美観が損なわれる原因－居住地域別



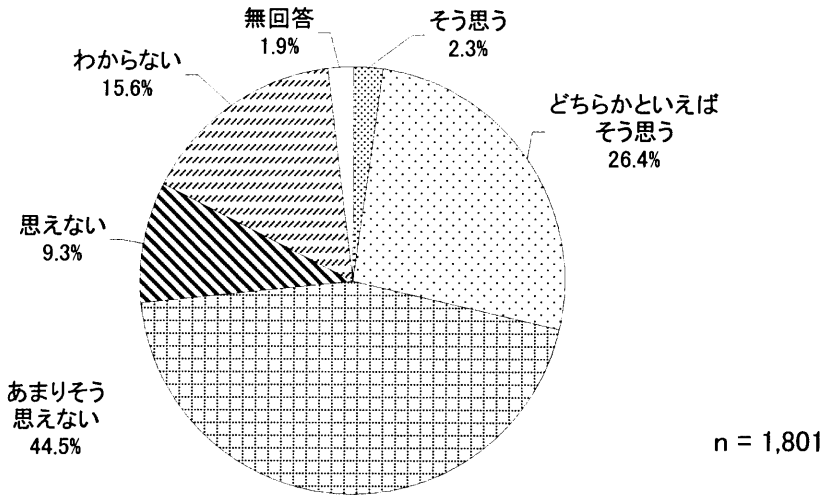
居住地域別にみると、「放置自転車」は本庁管内（中央地域）、由木・由木東・南大沢（東部地域）、「落書き」は由木・由木東・南大沢（東部地域）で３割強と高くなっている。（図５－22－３）

５－23　市は美観が保持されたまちだと思うか

◇『思えない』が５割強

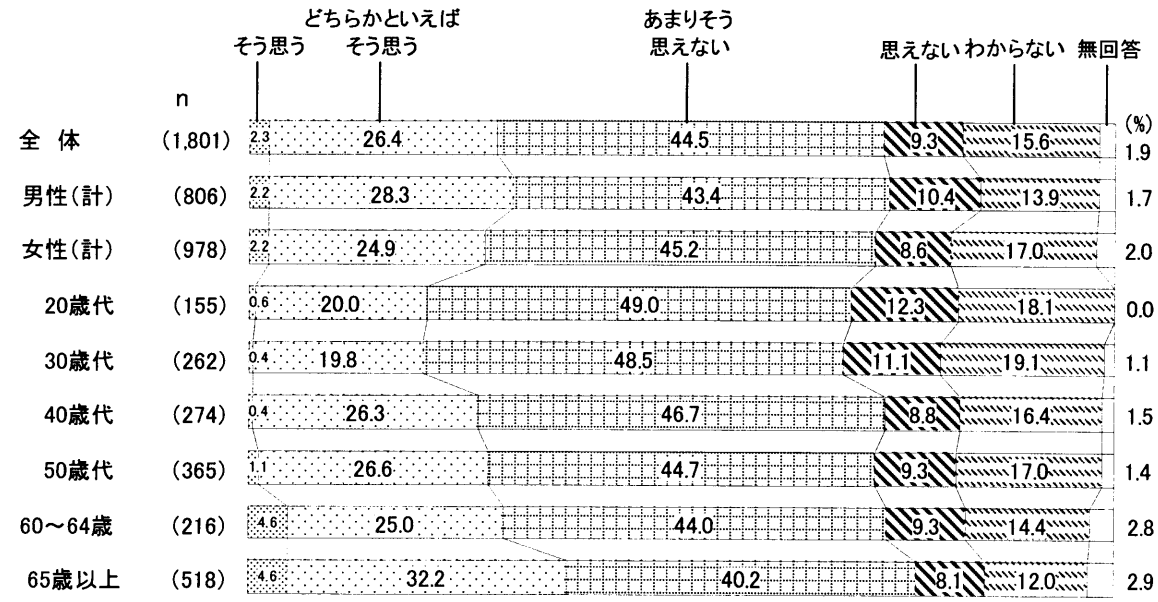
問39　本市は、都市の美観が保持されているまちであると思いますか。（○は１つだけ）

図５－23－１



八王子市は美観が保持されたまちだと思うかどうか聞いたところ、「あまりそう思えない」が４割台半ば（44.5%）と最も高く、「思えない」（9.3%）と合わせた『思えない』が５割強（53.8%）となっている。（図５－23－１）

図５－23－２　市は美観が保持されたまちだと思うか－性別・年齢別

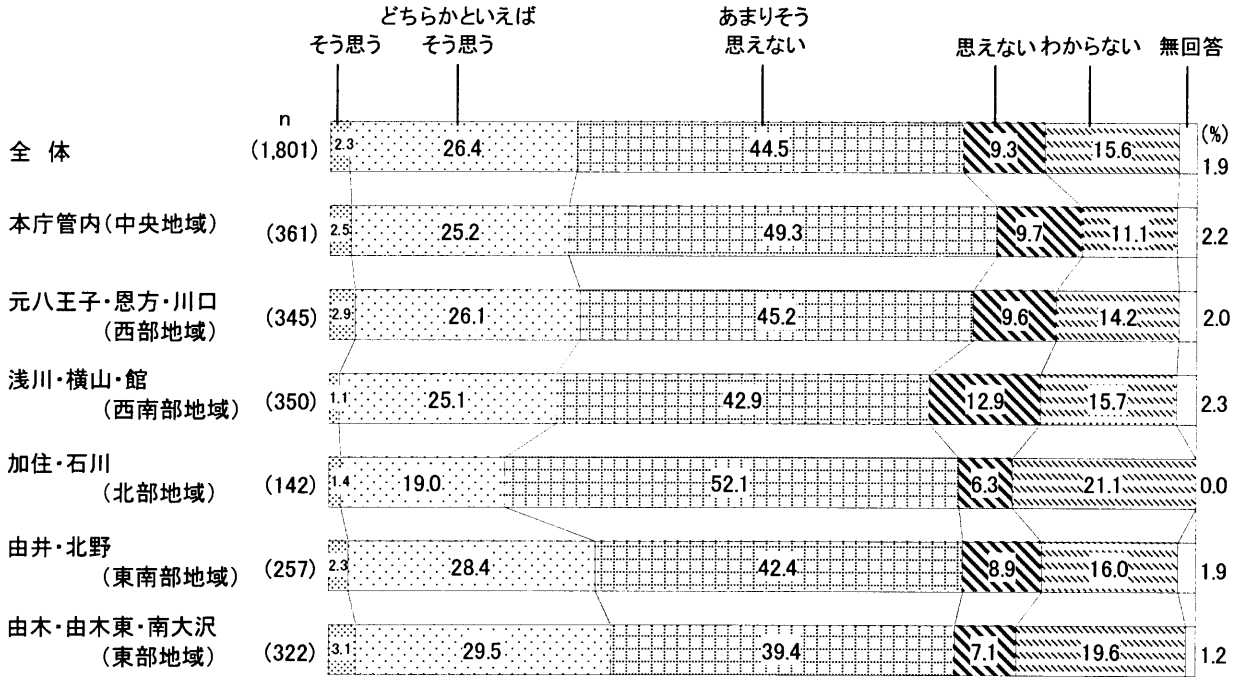


性別にみると、「そう思う」と「どちらかといえばそう思う」を合わせた『そう思う』は、男性のほうが3.4ポイント高くなっている。

年齢別にみると、年齢が高くなるほど『そう思う』の割合が増加する傾向がみられる。

（図５－23－２）

図５－23－３　市は美観が保持されたまちだと思うか－居住地域別



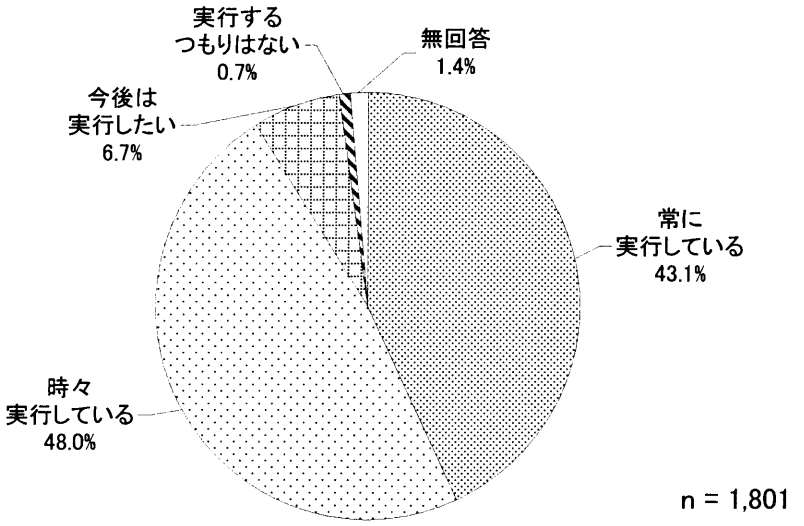
居住地域別にみると、『そう思う』は由井・北野（東南部地域）、由木・由木東・南大沢（東部地域）で３割強と高くなっている。（図５－23－３）

５－24　省エネ・省資源を実行しているか

◇『実行している』が９割強の大多数

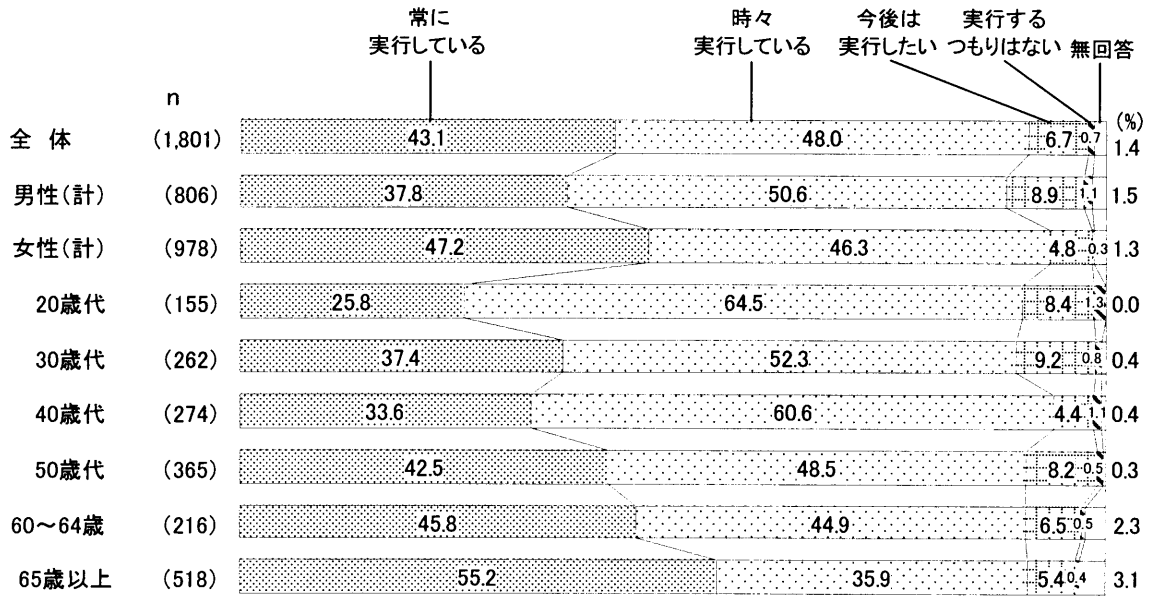
問40　省エネ・省資源のためには、冷暖房を控える、電気をこまめに消す、冷蔵庫の開閉に気を遣う、ごみ減量のためのリサイクルを心がける、マイカーの使用を控える、省エネ製品を利用する、買物用のバッグを持参して買い物に行くなどがありますが、あなたは、省エネ・省資源を意識して実行していますか。（○は１つだけ）

図５－24－１



省エネ･省資源の実行について聞いたところ、「常に実行している」が４割強（43.1%）、「時々実行している」が５割弱（48.0%）、両者合わせた『実行している』は９割強（91.1%）と高くなっている。（図５－24－１）

図５－24－２　省エネ・省資源を実行しているか－性別・年齢別



性別にみると、女性のほうが「常に実行している」が9.4ポイント高くなっている。

年齢別にみると、50歳代以降年齢が高くなるほど、「常に実行している」割合が増加する傾向がみられる。（図５－24－２）